

Allaiter votre bébé.

Votre enfant est hospitalisé dans notre unité pour quelques jours ou quelques semaines et vous souhaitez l'allaiter ; nous ne pouvons que vous y encourager.



Le lait maternel reste, sans contexte, le meilleur aliment durant les premiers mois de la vie.

Il présente, en effet, de nombreux avantages :

- sa haute valeur nutritive,
- sa grande digestibilité,
- son pouvoir anti-infectieux,
- son pouvoir anti-allergique.

L'hospitalisation de votre bébé ne doit pas être un obstacle à votre désir d'allaiter, nous sommes persuadés que, grâce à une bonne information, à des encouragements et à l'aide nécessaire de l'équipe soignante, vous pourrez réussir votre allaitement.

N'hésitez pas à nous faire part de vos questions.

En pratique, si votre enfant est né prématurément, dès que son état le permet, nous vous proposerons de le mettre en kangourou. Ensuite, lorsqu'il aura atteint une certaine maturité, nous lui apprendrons à téter au sein (ce que nous appelons les tétées d'approvisionnement ; les tétées d'apprentissage qui aboutissent aux tétées nutritives ; elles ne se feront pas avant 34 semaines, ce qui correspond à

l'âge où bébé apprend à coordonner la succion, la déglutition et la respiration).

Durant cette période, des compléments de votre lait, préalablement tiré, seront donnés à votre enfant par gavage ou à la tasse, afin de conserver le bon réflexe de succion au sein.



Pour tirer et conserver votre lait maternel dans de bonnes conditions, voici quelques conseils que nous vous demandons de mettre en pratique :

Matériel dont vous aurez besoin :

- 1) Un tire-lait : il en existe deux types (manuel ou électrique). Vous pourrez les trouver en location à votre mutuelle ou à la pharmacie. Nous collaborons aussi avec une firme de location de tire-lait. Ceux-ci sont disponibles dans le service. De plus amples informations sont disponibles dans nos deux pièces d'allaitement ou auprès d'un membre de l'équipe.

- 2) Liste du matériel dont vous aurez besoin à la maison :
 - un savon en pompe, doux et neutre,
 - un gant de toilette et un essuie quotidien réservé à cet usage,
 - un savon de vaisselle liquide (type Dreft®)

- un sac isotherme (type sac frigo) pour le transport,
- un rouleau essuie-tout,
- une boîte de mouchoirs en papier,
- des essuies propres et fraîchement repassés.



Nous vous fournirons deux pinces en plastique ainsi que les biberons et capuchons nécessaire au recueil de votre lait.



Entretien du tire-lait :



Les pièces détachées entrant en contact avec le lait maternel doivent être lavées efficacement à chaque prélèvement.

Pour ce faire :

- 1) Lavez-vous les mains,
- 2) Nettoyez soigneusement le set à l'eau et au savon de vaisselle afin d'éliminer toute trace de lait. Un brossage rigoureux est nécessaire afin d'éliminer toute trace de lait,
- 3) Égouttez- le bien et disposez-le sur un essuie fraîchement repassé,
- 4) Remontez votre tire-lait sans jamais toucher ce qui entre en contact avec votre sein et le lait (utilisez les pinces).

Technique de prélèvement :



Pour établir et maintenir la sécrétion lactée, il est impératif de stimuler efficacement, assez souvent, assez longtemps.

En pratique, cela signifie 6 fois par jour, minimum toutes les 3 à 4 heures, la journée et pas la nuit, il faut vous reposer.

Il faut tirer au minimum 10 minutes à chaque sein en alternant 5 minutes sein gauche, 5 minutes sein droit et recommencer ou encore alterner chaque fois que l'écoulement s'interrompt.

Bien boire et manger équilibré favorise un bon allaitement.

- 1) Lavez-vous les mains au savon en pompe durant 30 secondes jusqu'aux avant-bras.
 - 2) Lavez-vous les seins à l'eau et au savon avant chaque extraction de lait.
 - 3) Relavez-vous les mains au savon. A partir de ce moment, évitez de vous recontaminer les mains en touchant le robinet, les clenches de portes, vos cheveux, vos animaux,... Fermez le robinet à l'aide d'un essuie-tout et jetez-le.
 - 4) Enlevez le capuchon du biberon sans toucher l'intérieur de celui-ci.
 - 5) Vissez le biberon au set du tire-lait et déposez le tout sur un essuie propre et fraîchement repassé sans que la tétérèlle ne touche l'essuie.
 - 6) Réglez le tire-lait au minimum pour commencer et augmentez progressivement la force d'aspiration en fonction du résultat obtenu et du confort éprouvé.
- Une trop forte aspiration ne sera pas plus efficace et risque d'abîmer vos seins.

- 7) Prélevez le lait avec le set du tire-lait.
- 8) Fermez le biberon en évitant de toucher l'intérieur du biberon et l'intérieur du capuchon.
- 9) Indiquez la date et l'heure du prélèvement sur le biberon ainsi que le nom de votre bébé. Utilisez un nouveau biberon pour chaque prélèvement.
- 10) Mettre immédiatement le lait dans le frigo jusqu'au moment du transport.
- 11) Transport dans un sac isotherme avec des blocs de congélation. Démontez le tire-lait et nettoyez soigneusement la tétérille et ses accessoires à nouveau en vue d'une nouvelle utilisation.

Remarques :

- Conserver votre lait au réfrigérateur (de 0 à 4 degrés) pendant 5 jours au MAXIMUM.
- Apporter au moins une fois par jour les biberons de lait tirés à la maison.
- Si votre production vous le permet, vous pouvez congeler votre lait. Pour cela, il sera nécessaire de refroidir le lait au frigo pendant une heure afin de limiter le choc thermique. Il sera valable 6 mois dans un congélateur à -18°C et 1 mois dans le freezer de votre frigo.
- Afin de prévenir les crevasses, il est conseillé, à la fin de la tétées ou d'extraction du lait, d'appliquer une goutte de lait sur chaque mamelon.

Nous sommes à votre entière disposition pour vous donner des conseils supplémentaires et de répondre à vos éventuelles questions.

